

Envejecer y parecer joven: obstáculos y consecuencias

Ageing and looking young: Obstacles and Consequences

Mirta Lidia Sánchez
Alicia Monchetti

RESUMEN: En la época actual desde los medios de comunicación se transmiten valores e ideales que apuntan a hipervalorar la imagen, la juventud, la apariencia, el espectáculo dimensionando lo estético y lo escópico y dejando en un lugar por completo secundario al aspecto ético. En este panorama cuál es el lugar que se ofrece al sujeto que envejece. En este pequeño ensayo nos proponemos reflexionar sobre la incidencia de los ideales culturales en subjetividad del adulto mayor, ya que los enunciados provenientes del discurso social influyen en el proyecto identificador que da sentido al ser y al hacer del sujeto.

Palabras claves: Vejez; Subjetividad; Imagen del Cuerpo; Ideales Culturales.

ABSTRACT: *At the present time the media transmit values and ideals pointing to promote image, youth, appearance, the “showing”, thus giving preponderance to the aesthetic and the visuals, and leaving in an absolute secondary place the ethical aspects. In this scenario what is the place offered to the subject who is aging? In this short essay we want to reflect on the impact of cultural ideals from the elderly's subjectivity viewpoint since social discourse statements do have an influence in the self-identification process that gives meaning to the subject's being and doings.*

Keywords: *Aging; Subjectivity; Body Image; Cultural Ideals.*

Introducción

A partir del cuestionamiento a los discursos de la modernidad, emerge un escepticismo acerca de la existencia de una verdad y valores absolutos, la idea de Dios pierde hegemonía para operar como fuente del código moral y también cambia la perspectiva sobre lo que se considera Ciencia contribuyendo a instalar nuevos paradigmas que revolucionan el escenario del pensamiento científico y de la cultura. Asistimos a cambios profundos en la moral sexual, en la organización familiar y también a un avance científico y tecnológico sin precedentes en la historia de la humanidad. Esto último ha permitido aumentar la expectativa de vida y también ha posibilitado disimular el paso de los años ya que se cuenta con diversos recursos para cambiar la imagen corporal.

Viejo referido a una persona, en algunas culturas resultaba un adjetivo que remitía a conocimientos y sabiduría y promovía actitudes de respeto, elogio y cuidado. Actualmente utilizamos eufemismos como tercera edad, vejez exitosa, no tanto para poner de relieve aspectos positivos sino como una manera de desmentir el temor que nos produce la decadencia corporal y la cercanía de la muerte. El cuerpo viejo opera como un reflejo anticipado de la vejez de quien lo mira personificando fantasmas que se transmiten socialmente a través de distintos medios y actores sociales.

Sin embargo, las significaciones sociales no son un todo homogéneo; existe una tensión que parece oscilar entre una representación totalmente negativa de la vejez que la confunde con una enfermedad, y otra que, en el polo opuesto, ordena a modo de mandato la asunción de una perspectiva que impone la necesidad de un envejecimiento exitoso ad ultranza. Ambas perspectivas si se toman como verdades sin cuestionamiento pueden acarrear diversos malestares y atentar contra un buen envejecer.

Quien envejece dentro de la cultura occidental corre el riesgo de ser objeto de discriminación por la edad, ya que la vejez se asocia rápidamente a la degradación del cuerpo haciéndose extensiva esta idea a las habilidades y capacidades psíquicas. Muchos viejos se sienten a des-tiempo en los espacios donde se desenvolvían habitualmente; ya que ofrecen una imagen y sustentan ciertas creencias y principios que no concuerdan con los cánones compartidos por esta sociedad. De esta forma se produce un desajuste entre la imagen de si con la que se proyectaban y aquella que retorna desde el mundo externo. Este desfase provoca el sentimiento de estar de más, sin lugar, tanto por la efectiva discriminación de que suelen ser

objeto como por la automarginación, producto de su identificación con creencias socialmente compartidas, que llevan a considerar a la vejez sinónimo de fealdad, discapacidad, o ausencia de posibilidades y derechos.

A qué remite la representación actual de la vejez?

Dentro del vasto entramado social, algunos grupos se particularizan y comparten representaciones donde se generan elementos que les son comunes y que contribuyen a fortalecer la identidad de aquellos que pertenecen al mismo. Tengamos en cuenta que estas significaciones no son sólo ideas o imágenes sino que están impregnadas de valores, ideales y creencias que constituyen polos orientadores de las actitudes y comportamientos de los sujetos. Nos referimos aquí a las concepciones de la sociedad en general y sus distintos grupos, pero también en particular, a las de los propios envejecentes y en relación a la vejez.

Dicho de otro modo, la vida cotidiana entendida como el espacio social próximo investido libidinalmente; por el sujeto, es el lugar de encuentro con otras subjetividades donde se da la oportunidad del lazo social y se producen "enunciados identificatorios" que contribuyen a la constitución y desarrollo de la subjetividad singular. Es a través del discurso cotidiano que se conforma el complejo cruce de ser al mismo tiempo sujeto social y sujeto psíquico. Así, la subjetividad es en parte producto de las significaciones que la cultura produce y queda impregnada por los discursos epocales que la instituyen. Según Lipovetsky, (1996) pertenecemos a una "cultura higiénica, deportiva, estética y dietética" que se rige por un "imperativo narcisista," en reemplazo del "imperativo categórico" kantiano, reforzando valores como la juventud, la belleza física, la esbeltez y el ocio.

El deporte en la modernidad desempeñó un papel decisivo en el establecimiento hegemónico de prácticas corporales racionales y estandarizadas, en la postmodernidad en cambio, se involucra activamente en la difusión de los discursos que glorifican el capital-cuerpo – apariencia.

En esta cultura de la imagen, el lifting, de lo aeróbico, el cuerpo es omnipresente y los sujetos están preocupados por su apariencia hasta el punto de que esta ocupa el centro de su interés, restando posibilidades para el desarrollo de potencialidades de otros órdenes. De manera que hoy más que nunca la identidad reside en la corporalidad. En suma, es el reino de la apariencia, de la imagen, de lo superficial, donde para muchos el motivo de ser, es parecer

eternamente joven. En este caso la palabra “eternamente” alude a que hasta quienes están muriendo procuran, muchas veces, ocultarse y ocultar esta realidad como si fuera escandalosa.

Así, la cultura posmoderna atenta, en ciertos aspectos básicos, contra un buen envejecer; activa la omnipotencia y el pensamiento mágico infantil, prometiendo el logro de la completud si se acatan ciertas exigencias; quienes viven en un cuerpo viejo deben procesar esas ofertas y a veces la balanza se inclina a favor de intentar sostener la imagen del cuerpo que fue. Estos viejos que no aceptan el paso del tiempo y optan por querer parecer jóvenes, colocan al cuerpo en el punto central de su interés, lo que incrementa la desilusión narcisista, ya que obligado a la decadencia y a la muerte debe emular cuerpos jóvenes y vitales que el ideal cultural propone mantener indefinidamente.

Este ideal, al mismo tiempo que remarca los efectos nocivos del pasaje del tiempo sobre el cuerpo y el psiquismo, también genera una industria que alienta la ilusión induciendo a múltiples consumos. Pareciera que el cuerpo se confunde con la subjetividad suscitando desvelos y cuidados que se visualizan en una variedad de prácticas para mantenerlo bello y saludable – ad ultranza-. (Monchietti, Sánchez y otros 1996).

Según (Kaës, 2000), la subjetividad es el estado de la realidad psíquica para un sujeto, está apuntalada sobre la experiencia corporal, sobre el deseo del otro, sobre el tejido de los vínculos, de las emociones y de las representaciones compartidas a través de las cuales se forma la singularidad del sujeto.

No sorprende entonces que el malestar se apropie de muchos de quienes envejecen en esta cultura; ya que algunas experiencias corporales dejan de tener carácter satisfactorio, ciertos lazos se pierden, otros pierden su fuerza, el deseo propio y el del otro, a veces, dejan de manifestarse tan vigorosamente.

El envejecer como acontecer dinámico que implica una labor constante

Todos los cambios en el curso del desarrollo implican transformaciones en el proyecto y en el sentimiento de identidad y hace necesarios constantes ajustes. Agreguemos en este caso los obstáculos aportados por el contexto que venimos analizando sumados a las limitaciones provenientes del funcionamiento corporal.

A pesar de esto es preciso recordar que el obstáculo no es solo el conflicto que se plantea sino cómo éste se afronta y de que recursos se dispone para ello. Los estudios sobre

envejecimiento diferencial muestran, que se envejece de distintas formas siendo múltiples los factores que hacen a la diversidad; las circunstancias provenientes del contexto social, las condiciones previas y actuales de cada individuo, en especial, las económicas, de salud, la personalidad y los significados asumidos acerca del envejecer. En el mismo contexto pueden apreciarse diferencias, a veces profundas, entre las distintas subculturas de clase social, de nivel cultural y económico.

Según (Bourdieu 1977) el cuerpo como capital físico es portador de un valor simbólico, valor que se realiza en el trabajo, en el placer y en la vida social. Los espacios en que habita, los lugares sociales que se ocupan, y gustos de cada clase y grupo social crean cuerpos diferentes, de forma que las desigualdades sociales también se corporizan. Aquellos que vivieron y envejecieron dentro de la marginación, parecen morir o desaparecer sin dejar resto alguno.

La experiencia cotidiana indica, en cambio, que los viejos con medios económicos y bien ubicados socialmente “no son tan viejos”, porque siguen integrados a la sociedad; generalmente tienen mayores posibilidades de llevar una vida más saludable, mejores oportunidades de participación, de generar proyectos y llevarlos a cabo.

Tampoco parecen serlo tanto aquellos que han acumulado un capital cultural, vincular, y de experiencia exitosamente incorporada.

Por otra parte hemos comprobado empíricamente, al igual que otros investigadores, que los viejos suelen estar mejor integrados en aquellas comunidades pequeñas donde no se ha modificado la convivencia de varias generaciones y han permanecido mas apartadas del panorama ideológico mas globalizante.

En este punto, en las ciudades más grandes, gradualmente se van habilitando otras tramas vinculares que hasta no hace mucho fueron inéditas, una cultura de la ancianidad que es la que se da en las asociaciones de jubilados, los cursos, talleres y actividades para adultos mayores y otros agrupamientos de este tipo que intentan favorecer la inclusión y el fortalecimiento de redes de apoyo social.

Resulta claro que incluso el proceso de envejecimiento es un tiempo de transiciones y cambios y que es necesario hacer constantes ajustes adaptativos de tal forma que, como mencionamos anteriormente, son múltiples los factores que inciden en el éxito de los mismos.

Es interesante rescatar la idea de Erikson (1989) que plantea la existencia de un conflicto propio de este momento de la vida que se jugaría entre los polos: “integridad versus desesperación”, y de la misma forma que en las etapas de desarrollo anteriores, los conflictos específicos a resolver pueden provocar una profundización de la crisis o una ganancia, en este

caso particular en cuanto a integridad y sabiduría.

Las investigaciones longitudinales Berlin Aging Study, BASE, (1995-1996) y European Longitudinal Study of Aging, EXCELSA, paradójicamente mostraron un mantenimiento del sentimiento de bienestar y una tendencia al aumento en varios dominios de vida (Kunzmann, Little y Smith, 2000). Este fenómeno -conocido como la “paradoja del bienestar”- es explicado como consecuencia de un proceso adaptativo y del uso de estrategias de auto-regulación. Baltes y Carstensen (1999) sugirieron que tener y perseguir metas son la clave indicadora de un buen envejecer. Entre las condiciones individuales que posibilitan esta labor es posible señalar que se requiere del sujeto un trabajo de elaboración, resignificación y simbolización de tales cambios. Muchos son repentinos; de un momento a otro se advierte la disminución de una función, y otros son graduales. De este modo se toma conciencia del paso del tiempo y su incidencia en el cuerpo, en los vínculos, en la transformación de lugares y funciones sociales.

Así, los diferentes modos de encarar la vida en la vejez, se pueden atribuir al resultado de un balance personalizado entre las mermas y las posibilidades, a la manera en que los sujetos se perciben a sí mismos, a las estrategias con que luchan por enfrentar sus limitaciones, a la aceptación de lo inevitable de ciertos cambios, a la disposición a actuar en función de las posibilidades de desarrollo, al deseo de proyectarse, y seguir otorgándole un sentido a la existencia. Es cierto que, en gran parte, las estrategias que se utilicen aquí tendrán que ver con los estilos labrados con anterioridad, pero hay lugar sin embargo, contrariamente a la creencia más generalizada, para el aprendizaje, la creatividad, los nuevos niveles de síntesis y desarrollo. Podrá decirse que el camino que se elija será producto de un balance, un proceso de juicio y de evaluación de las pérdidas y ganancias a lo largo de la propia vida, y que puede ser positivo, en la medida que se aproveche al máximo lo que se gana y reduzca al mínimo lo que se pierde. Desde este punto de vista, las personas que llegan a disfrutar de la vejez utilizarían una serie de estrategias especialmente relevantes cuando, a causa del proceso de envejecimiento, las pérdidas y las amenazas de pérdidas aumentan. Las tres estrategias propuestas son la Selección, la Optimización y la Compensación (Baltes, 1997; Marsiske, Lang, Baltes y Baltes, 1995; Ostir, 2007).

La satisfacción con la vida vivida parece vinculada también con cierto grado de sabiduría que es posible lograr a partir de las experiencias vividas y de su elaboración y aprovechamiento. Esta visión del bienestar ha sido estudiada a partir de conceptos como felicidad, moral o satisfacción vital, y se refiere al grado de optimismo (o de pesimismo) que

una persona mantiene respecto a su futuro.

Actualmente, todos estos conceptos se engloban en uno más amplio, el de bienestar subjetivo, en el que muchos investigadores han coincidido en destacar la presencia de dos grandes componentes:

- uno emocional o afectivo, relacionado con los sentimientos de placer y displeasure que experimenta la persona, y que comprendería el concepto de felicidad antes mencionado.
- y otro componente de carácter más cognitivo, más estable en el tiempo, referido al juicio que merece la propia trayectoria evolutiva, es decir, lo que tradicionalmente se ha denominado satisfacción vital. En general, de estudios de tipo transversal y de estudios longitudinales se puede concluir que el bienestar subjetivo como medida global, no parece experimentar cambios significativos asociados a la edad. Esta estabilidad contrasta con el declive de otros indicadores, de carácter más objetivo, generalmente incluidos en el amplio concepto de calidad de vida. Podemos decir que en tanto los recursos económicos suelen decrecer, así como a veces la salud, son menos las personas que cuentan con una red social vigorosa y gran parte de las significaciones otorgadas socialmente al envejecimiento son desfavorables, la satisfacción vital permanece, pese a todo, estable.

Frente a esta concepción del bienestar como *bienestar subjetivo*, que estaría relacionado con sentimientos de relajación, de ausencia de problemas y presencia de sensaciones positivas se ha planteado una *concepción eudaimónica del bienestar*. Esta tendría que ver en cambio, con tener un propósito en la vida, proyectos que impliquen desafíos y un cierto esfuerzo para conseguir metas consideradas valiosas por el sujeto. Esta concepción tiene su origen en la tradición aristotélica en la cual la felicidad consistía en la realización del daimon o verdadera naturaleza de cada uno. Para Aristóteles la felicidad no es un estado sino una actividad y el placer logrado es una consecuencia de actuar según una recta razón y virtud. Por lo tanto no todos los deseos y los resultados conseguidos conducen al bienestar, incluso aunque puedan aportar placer subjetivo. Así, esta concepción a la que denominaremos siguiendo a Ryan y Deci (2008) "*bienestar psicológico*", y no subjetivo, como el anterior, sitúa el bienestar en el proceso y consecución de aquellos valores que nos hacen sentir auténticos, que nos hacen crecer como personas y no tanto en las actividades que nos dan placer o nos alejan del dolor. Waterman (1993) es uno de los primeros autores en caracterizar este tipo de bienestar y lo vincula a lo que él denomina sentimientos de

“expresividad personal”, donde destaca la implicación del sujeto en las actividades que realiza, el sentirse realizado, y una impresión de que lo que se hace tiene sentido.

Si se trata de identificar qué factores contribuyen a un mayor bienestar personal durante el envejecimiento, claramente es posible apreciar que esto no admite una negación y desmentida de lo que el “tiempo se llevó”. Vivir el envejecimiento es en parte aceptar un cierto padecimiento por el tiempo ido, por la imagen de un nuevo cuerpo, por la mirada del otro que refleja generalmente y desde nuestros patrones estéticos actuales, un panorama deslucido. Y pese a todo, conciliar estas vivencias y experiencias con el esfuerzo selectivamente aplicado a dominios en los cuales se mantiene un potencial de desarrollo. Rechazar envejecer es procurar permanecer ciego ante lo vivido, lo experimentado, ante los otros y ante uno mismo.

En nuestra cultura el conflicto con la imagen corporal se presenta con distintas caras ya que la desmentida del paso del tiempo y una imagen diferente puede derivar en problemas de salud, de apartamiento de actividades y vínculos y de este modo se torna imposible arribar a un auténtico bienestar psicológico, así como se ha definido anteriormente.

La ilusión de que se puede detener el tiempo es fortalecida por un discurso social que plantea una vejez exitosa, sana, activa, feliz, con calidad de vida a manera de generalización. Así el sujeto envejecente queda capturado en ideales que apuntan a un estereotipo en el que la singularidad del sujeto, sus deseos y posibilidades se desconocen.

En realidad, la negación del tiempo ata a quien envejece a la imagen transmitida por los medios, detenida en una eterna juventud, retrato idealizado destinado también a integrar a las filas de nuevos consumidores esta generación de gentes mayores. Muchos, cada vez más, se someten a intervenciones quirúrgicas, prácticas y tratamientos renovados e interminables para acercarse a este “prototipo” en el intento de sentirse mejor frente a la presión social de los modelos que dirigen e incluso manipulan la autoimagen. Y decimos prototipo porque en algunos casos resulta casi lastimosa la igualdad de los rostros que pierden así las particularidades en las que se inscribieron la variedad y riqueza de las experiencias de una historia de vida.

Según Foucault (2002), de un modo muy distinto, el “cuidado de sí” como práctica ética en la Grecia antigua, representaba una actitud, una actividad, un ejercicio en relación a uno mismo, a los otros y al mundo. Una manera de obrar, prácticas reflexivas y voluntarias por las cuales los seres humanos se fijan reglas de conducta, buscando transformarse en un ser singular e inaugurando de este modo una serie de “prácticas de sí” por las que se constituye el

sujeto ético.

Conclusiones

Difícilmente pueda considerarse positivamente a la vejez cuando el significado que se le atribuye depende de la valoración que la cultura haga en una sociedad impregnada de individualismo, de una sobrevaloración de la imagen, donde la apariencia y el espectáculo, lo estético y lo escópico se dimensionan en perjuicio de lo ético. Creemos en la necesidad de considerar a la vejez y al envejecimiento en su dimensión histórica singular y cultural, evitando caer en reduccionismos, y resaltando aquellos valores que permiten a los sujetos reconocerse y sentirse únicos al otorgar sentido a su existencia más allá de ideales inalcanzables e impropios.

En síntesis, envejecer con dignidad tiene que ver con una postura ética ya que supone un juicio sobre la propia acción. Durante este proceso el sujeto opta por valores e ideales en parte compartidos en función del contexto pero simultáneamente imprime a su elección una modalidad que le es propia y que orienta sus metas de manera que incluyen el crecimiento personal y el de otros; el fortalecimiento de relaciones, agrupamientos, comunidad. (Monchietti y Sánchez, 1997)

Surgen también gradualmente nuevas concepciones sobre el proceso de envejecimiento que resquebrajan las creencias prejuiciosas de ambos tipos:-vejez/enfermedad, eterna juventud- , presentando matices, incluso inéditos, en lo que hace a la relación entre vejez y cultura.

Es decir, que este proceso ofrece opciones, más allá de los imperativos categóricos del postmodernismo “a la page” que incluyen y suponen el desafío de selección de unas metas y/o restricción de otras, concentrándose en los dominios y metas priorizadas, que converjan con las capacidades, habilidades y concepciones personales. Dicho esfuerzo puede resultar en optimización de medios y recursos para alcanzar esas metas y mantener el nivel de funcionalidad, reforzando el desempeño en los dominios y metas seleccionadas, y a la vez, previniendo posibles limitaciones

Al superar la perspectiva de que los cambios son solo pérdidas, rescatando aquellos que potencial o efectivamente traen novedades y que pertenecen sólo a este momento del curso de vida, será posible contribuir a la creación de nuevos elementos dentro de la

representación de la vejez, para una cultura donde ella aspire a un lugar propio y aún, de reconocimiento.

Referencias

- Baltes, P.B. & Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. En: _____ & Baltes, M.M. *Successful Aging: Perspectives from Behavioural Sciences*. Cambridge: Cambridge University Press.
- _____, Lindenberger, U. & Staudinger, U.M. (2006). Life-span theory in developmental psychology. En: Damon, W. & Lerner, R.M. (Eds.). *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development*. NY: Wiley.
- Bourdieu, P. (1977). Remarque provisoires sur la perception sociale du corps. *Actes de la Recherche en Sciences Sociales*.
- Erikson, E. (1989). *Identidad, juventud y crisis*. Buenos Aires (Argentina): Taurus Humanidades.
- Foucault, M. (2002). *La hermenéutica del sujeto*. Buenos Aires (Argentina): Fondo de cultura económica.
- Le Bretón, D. (1995). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires (Argentina): Nueva Visión.
- Kaes, R. (2000). *Aparato Psíquico Grupal*. España: Editorial Gedisa.
- Kunzmann, U., Little, T. D. & Smith, J. (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging*.
- Lipovestky, G. (1996). *El crepúsculo del deber*. Barcelona (España): Anagrama.
- Marsiske, M. & Willis, L. (1995, jun.). Dimensionality of Problem solving in older. *Psychol aging*, 10. Recuperado em 02/12/2012, de: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/article>.
- Monchietti, A., Sánchez, M. y otros. (1996). Formas de envejecimiento que propicia nuestra sociedad de fin de siglo. En: *Revista Arg. de Gerontolog. y Geriatria*, XVI(33).
- Monchietti, S. (1997). Vejez, narcisismo y oferta significativa. *Revista Geriatria Práctica*, VII(4).
- Ryan, R.M. & Huta V., D. (2008). *Living well: A Self-Determination Theory Perspective*.
- Ryff, C.D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Curr Dir Psychol Sci*.
- Settersten, R.A. (2003). Propositions and controversies in life-course scholarship". En: _____. (Ed.). *Invitation to the life course. Toward new understandings of later life*. Amityville (NY): Baywood.

Stock, W.A., Okun, M.A. & Benin, M. (1986). The structure of subjective well-being on Eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*.

Wapner, S. & Craig-Bray, L. (1992). Person in environment transitions: Theoretical and methodological approaches. *Environment and Behavior*.

Waterman, A.S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *J Pers Soc Psychol*.

Recebido em 19/05/2013

Aceito em 02/06/2013

Mirta Lidia Sánchez - Universidad Nacional de Mar del Plata
Facultad de Psicología. Magister en Psicología Social. Docente e investigadora: Tema
Envejecimiento, Bioética, Salud Mental.

E-mail: mirlisa@fibertel.com.ar

Alicia Monchietti - Docente Psicología Evolutiva. Investigadora Tema: Vejez y proceso de
envejecimiento

E-mail: almonchietti@gmail.com